Le sommeil

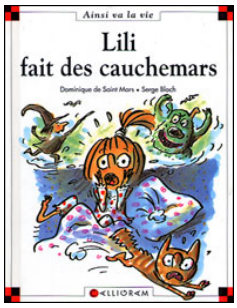
Des guides pour les adultes

- Le sommeil : conseils et astuces au quotidien / Madeleine Deny (Nathan ; Les petits guides parents)
  Bibliothèque d'Embourg / 616-053.2 DEN
- Le sommeil de votre enfant : mode d'emploi pratique pour les parents d'un petit insomniaque / André Kahn (O. Jacob)
  Bibliothèque d'Embourg / 616-053.2 KAH

- Le sommeil, le rêve et l'enfant / Marie Thirion (Albin Michel ; Bibliothèque de la famille)
  Bibliothèque d'Embourg / 616-053.2 THI
  Bibliothèque de Ninane / 159.9 FAM THI
- Enfin je dors ... et mes parents aussi / Evelyne Martello (Editions du CHU Sainte Justine)
  Bibliothèque d'Embourg / 616.053.2 MAR
- Le sommeil chez l'enfant : conseils, techniques, statistiques, mythes et bien plus ! / Bonny Reichert (Caractère)
  Bibliothèque de Beaufays / 616-053.2 REI

- Revue PsychoEnfants n°47 (avril-mai 2013)
  Aider son enfant à retrouver le sommeil
  Bibliothèque de Beaufays / 159.9
- Revue PsychoEnfants N°46 (février-mars 2013)
  Mais pourquoi se réveille-t-il la nuit ?
  Bibliothèque de Beaufays / 159.9
- Revue Parents N°550 (avril 2015)
  Sommeil : on l'aide à faire ses nuits
  Bibliothèque de Beaufays / 37

Pour aller plus loin avec votre enfant ...

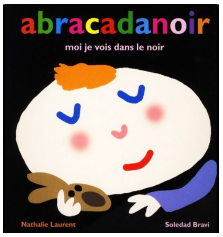


<u>Mon enfant fait des cauchemars</u>

- Ton cauchemar / Malika Doray (Editions MeMo)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- Le cauchemar de Gaëtan Quichon / Anaïs Vaugelade (L'école des loisirs)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- J'aime mes cauchemars / Séverine Vidal ; Amélie Graux(Gallimard jeunesse ; Giboulées)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- Lili fait des cauchemars / Dominique de Saint Mars ; Serge Bloch (Calligram ; Ainsi va la vie)
  Bibliothèques d'Embourg, de Vaux-sous-Chèvremont et de Ninane / ER-B MAX ET LILI

Mon enfant ne veut pas aller dormir

- Va au lit, Alfred ! / Virginia Miller (Nathan)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- Non pas dodo ! / Stéphanie Blake (L'école des loisirs)
  Bibliothèque de Beaufays / ER-A (gommette rouge)
- Lili ne veut pas se coucher / Dominique de Saint Mars ; Serge Bloch (Calligram ; Ainsi va la vie)
  Bibliothèques d'Embourg et de Vaux-sous-Chèvremont / ER-B MAX ET LILI



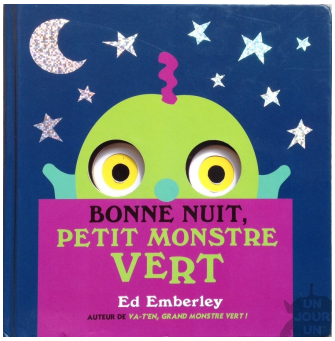
Pour aider mon enfant à apprivoiser le noir

- Tous les monstres ont peur du noir / Michaël Escoffier ; Kris Di Giacomo (Frimousse)
  Bibliothèques d'Embourg et de Ninane / ER-A (gommette rouge)
- Tu ne dors pas, Petit Ours / Martin Waddel ; Barbara Firth (Pastel)
  Bibliothèques d'Embourd, de Beaufays, de Vaux-sous-Chèvremont et de Ninane / ER-A (gommette rouge)
- Abracadanoir : moi, je vois dans le noir / Nathalie Laurent (L'école des loisirs)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-BEBES (gommette jaune)
- Quand j'avais peur du noir / Mireille d'Allancé (L'école des loisirs)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- Scritch scratch dip clapote ! / Kitty Crowther (Pastel)
  Bibliothèques d'Embourg, de Beaufays, de Vaux-sous-Chèvremont et de Ninane
  ER-A (gommette rouge)
- L'école d'Agathe : Ambre a peur du noir / Pakita ; J.-P. Chabot (Rageot)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-B ECOLE D'AGATHE

Pour les petits déménageurs de nuit

- Maman, je veux dormir dans TON lit ! / Harriet Ziefert ; Elliot Kreloff (Oskar jeunesse)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- Chacun dans son lit ! / Pascale Bougeault (L'école des loisirs)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-A (gommette rouge)
- Pas question ! / Emile Jadoul (Pastel)
  Bibliothèques d'Embourg et de Beaufays / ER-A (gommette rouge)

Mais aussi ...



- Le yoga des petits pour bien dormir / Rébécca Whitford ; Martina Selway (Gallimard jeunesse)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-BEBES (gommette jaune)
- Berceuses pour petits noctambules (Didier jeunesse ; Eveil musical)
  Bibliothèque d'Embourg / EI-PETITS(Comptines)
- Bonne nuit, Petit Monstre Vert ! Ed Emberley (Kaléidoscope)
  Bibliothèque d'Embourg / ER-BEBES (gommette jaune)
- Mon petit livre pour bien dormir : activités de détente, massages, berceuses / Gilles Diederichs ; Véronique Salomon-Rieu (Rue des enfants)
  Bibliothèque d'Embourg / EI-PETITS (gommette bleue)